














ΜΠΟΥΡΝΑΖΙ: Σολωμού 59 & Χαριλάου Τρικούπη

Τηλ: 2105734554 • info 8001118700 bournazi@yava.gr • www.yava.gr

Ωράριο Λειτουργίας : Δευτέρα - Παρασκευή 07:00-23:00 • Σάββατο 09:00-21:00 • Κυριακή 11:00-19:00

ΟΜΑΔΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ

Ώρες	Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Ώρες	Σάββατο	Κυριακή
11:00 - 11:50	PILATES Γιάννης Τρ.	BODY SCULPT Εύη	 Δημήτρης Δ.	 Christian 11:30 - 12:20	YOGA Θανάσης	12:00 - 12:50	 Άγγελος	
17:00 - 17:50	HIPS & ABS Γιάννης	 Δημήτρης Δ.	BODY SCULPT Μαρία Κ.					
18:00 - 18:50	BODY SCULPT Γιάννης	 Δημήτρης Δ.	HIPS & ABS Μαρία Κ.	 Δημήτρης Δ.	CARDIO Γιάννης	18:00 - 18:50	BODY SCULPT Χρήστος	
19:00 - 19:50	CARDIO Γιάννης	PILATES Μαρία Μπ.	 Γεωργία	 Δημήτρης Δ.	HIPS & ABS Γιάννης	19:00 - 19:50		
20:00 - 20:50	 Άγγελος	BODY SCULPT Κατερίνα	YOGA Μαρία Κ.	PILATES Μαριαλένα	 Δημήτρης Κ.			
21:00 - 21:50	YOGA Φανή	STRETCHING Κατερίνα	PILATES Ειρήνη	 Άγγελος				




ΜΠΟΥΡΝΑΖΙ: Σολωμού 59 & Χαριλάου Τρικούπη

Τηλ: 2105734554 • info 8001118700 bournazi@yava.gr • www.yava.gr

Ωράριο Λειτουργίας : Δευτέρα - Παρασκευή 07:00-23:00 • Σάββατο 09:00-21:00 • Κυριακή 11:00-19:00

Β' & Γ' ΑΙΘΟΥΣΑ

Ώρες	Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Ώρες	Σάββατο	Κυριακή
18:00 - 19:00			* TRX mini group Λύσανδρος					
19:00 - 20:00								
19:00 - 20:00	 ZUMBA Άγγελος							
20:00 - 21:00		* CROSS TRAINING Χρήστος			* CROSS TRAINING Χρήστος			
20:00 - 21:00	* TRX mini group Λύσανδρος	PILATES Μαρία Μπ.	* X CORE Χρήστος					
21:00 - 22:00				* CROSS TRAINING Χρήστος				

BIKE STUDIO

19:00 - 19:50	* Y BIKE Βανέσα		* Y BIKE Παντελής			12:00 - 12:50	* Y BIKE Βασίλης	
20:00 - 20:50		* Y BIKE Παντελής		* Y BIKE Παντελής				

Όπου υπάρχει *, η υπηρεσία έχει επιπλέον χρέωση